



# 本日の給食



令和6年4月3日(水)

二十四節気(春分)

~4月7日まで



## おやつ

- ☆カレーライス
- ☆サラダシーザードレッシング  
(サニーレタス、キャベツ、  
トマト)
- ☆コンソメスープ  
(ミックスベジタブル)

- 第1群 筋肉や骨を作る【魚・肉・卵・大豆製品】
- 第2群 骨と歯を作る【牛乳・乳製品・海藻・小魚】

赤のお皿

鶏ミンチ

- 第3群 皮膚・粘膜の保護【緑黄色野菜】
- 第4群 体の調子を整える【淡色野菜】

緑のお皿

コーン 人参 キャベツ きゅうり  
グリーンリーフ グリンピース コーン

- 第5群 体を動かすエネルギー源【穀類・芋類・糖分】
- 第6群 カや体温となる【油脂類・多脂肪食品】

黄のお皿

米 カレールー

うまみ成分が美味しさを伝え、食欲を増進させる  
(味噌汁・野菜スープ・中華スープ)

白のお皿

塩 胡椒 砂糖 赤ワイン  
ウスターソース みりん 酒 醤油  
ターメリック メッチ コリアンダー  
マスタード クミン レールシート  
ローレル シナモン  
コンソメ 鶏がらスープ